

УТВЕРЖДАЮ

Директор государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области основная общеобразовательная школа № 2 городского округа Октябрьск Самарской области

Михайловская Н.Н.

Меню СП "Детский сад № 2" ГБОУ ООШ 2 г.о.Октябрьск

на 6 декабря 2024 года
от 3х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
5,39	6,38	32,02	207,00	Каша вязкая овсяная (геркулес) с сахаром и маслом	250
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
9,83	12,46	28,56	265,24	Бутерброд с сыром	77
18,07	21,25	74,94	563,24	ИТОГО:	507

2-й завтрак					
8,11	6,9924812	11,75	95,26	Кисломолочный продукт (ряженка)	186
8,11	6,9924812	11,75	95,26	ИТОГО:	186

Обед					
1,005	4,635	5,85	69,075	Салат из репчатого лука	30
1,4	4,2	8,6	77,6	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180
19,817143	15,942857	5,09142857	243	Гуляш из отварного мяса	120
3,06	4,8	20,44	137,00	Картофельное пюре	115
1,36	0	29,02	116,19	Кисель	200
2,65	0,48	13,43	69,941176	Хлеб ржаной	41
29,30	30,06	82,43	712,81	ИТОГО:	686

Уплотненный полдник					
10,16	9,20	0,56	126	Яйцо вареное	40
8,26	14,36	15,66	251,83	Ватрушка с творогом	105
6,11	5,44	10,11	113,72	Молоко кипячёное	165
1,9789474	1,98	48,4842105	217,68421	Фрукты свежие (яблоко)	188
26,51	30,98	74,82	709,23	ИТОГО:	498

Медсестра СП "Детский сад № 2" ГБОУ ООШ № 2 г.о.Октябрьск:



Землякова О.Г.